

Ne tirez pas sur la chasse!

Autor(en): **J.-M.R.**

Objektyp: **Article**

Zeitschrift: **Généralions plus : bien vivre son âge**

Band (Jahr): - **(2014)**

Heft 62

PDF erstellt am: **21.07.2024**

Persistenter Link: <https://doi.org/10.5169/seals-831416>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern. Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Ne tirez pas sur la chasse!

Cerf, chevreuil et sanglier: le gibier est arrivé dans nos assiettes. En plus de combler les gourmets, c'est plutôt bon pour la santé.

« Il ne faut pas en manger trop souvent, ça rend nerveux », disaient nos mamans. Une affirmation qui fait sourire aussi bien Yolande Ançay, ancienne patronne du mythique Relais des chasseurs à Chiboz (VS), que Laurence Margot, diététicienne aux Ligues de la santé à Lausanne. A une exception près, la chasse est bonne aussi pour la santé.

« Ce sont plutôt des viandes maigres, relève cette dernière. Par ailleurs, le gibier est riche en fer, en zinc et en sélénium, des substances bénéfiques pour notre organisme. » Seul bémol, la consommation de gibier peut augmenter la concentration d'acide urique chez les personnes souffrant de goutte.

De fait, s'il faut se méfier, c'est du côté des accompagnements: une sauce à la crème, des spätzli cuits dans une grande quantité de beurre ou des fruits colorés avec des matières grasses. « C'est pourquoi nous recommandons de cuisiner soi-même à partir d'aliments bruts, de manière à gérer la qualité et la quantité des produits utilisés », souligne Laurence Margot.

Elle relève toutefois que, d'une manière générale, les choux, les fruits et même les spätzli sont plutôt des produits sains. Et elle n'hésite pas à donner son aval à un verre de vin pour les femmes, deux pour les hommes. Chouette!

Les hommes chassent, les femmes cuisinent

Les propos de la diététicienne raviront sans doute Yolande Ançay, 67 ans et ancienne patronne du Relais des chasseurs à Chiboz, considéré comme la mecque des amateurs de gibier. Imaginez, le

« Pendant la saison, mon mari en mange tous les jours! », s'exclame Yolande Ançay, au fameux Relais des chasseurs de Fully.



Wolodja Jentsch

restaurant, une soixantaine de places à midi et autant le soir de mai à novembre, compte déjà des réservations pour 2016. La raison de ce succès? Sans doute une histoire de famille puisque c'est la fille aînée des Ançay, Emilie, qui a pris le relais de son père et qui officie aujourd'hui en tant que cheffe de cuisine. Rassurez-vous, papa ainsi que maman donnent toujours un sacré coup de main. Monsieur continuant notamment à chasser avec d'autres hommes de la famille. Il s'occupe aussi de sept jardins pour offrir aux clients un maximum de produits de la région. Evi-

demment, on ne nourrit pas autant d'amateurs avec la seule «chasse» maison. «Mais nous commandons toute notre viande chez un grand traiteur qui s'approvisionne chez des fournisseurs de qualité.» Et les prix sont corrects: 45 fr. pour un plat, 60 fr. pour deux services, de surcroît différents.

Alors, ça rend nerveux de manger du cerf ou du chamois? Yolande Ançay se marre: «Pendant la saison, mon mari en mange tous les jours. Et je n'ai jamais vu quelqu'un d'aussi calme.» **J.-M.R.**

Le Relais des chasseurs, 1926 Fully